

## Stress und Burnout im Alter

Vortrag



«Stress im Alter? – Das kann doch gar nicht möglich sein! Ich muss ja gar nichts mehr tun, ich kann, wenn ich will.» Gibt es im Alter wirklich keinen Stress? Was ist Stress? Wie begegnen uns gestresste Menschen?

Viele Fragen, auf die Peter Weber in seinem Referat eingehen wird. Er lädt Sie ein, über Stress im Alter und was Sie dagegen tun können, gemeinsam zu diskutieren.

Notieren Sie sich das Datum in Ihrer Agenda. Freuen Sie sich auf ein spannendes und lehrreiches Referat und werfen Sie einen Blick auf das Thema Stress im Alter und wie Sie damit umgehen können.



<b>Leitung</b>	Peter Weber, Turbenthal
<b>Datum</b>	<b>Donnerstag, 18. November 2021, 19:00 – 20:30 Uhr</b>
<b>Treffpunkt</b>	Sentupada, Domat/Ems
<b>Kosten</b>	CHF 10.- / Gäste CHF 15.-
<b>Anmeldung bis 15. November</b>	Marcella Rischatsch, Tel. 076 508 29 12 abends oder <a href="mailto:m.rischatsch@gmx.ch">m.rischatsch@gmx.ch</a>